

和田公民館だより 令和5年3月

わだつみ

☎:28-8396 FAX:28-8346

E-mail wadaco@chukai.ne.jp



和田町人口動向 (R4.1.31 現在)

男:1,160(+5) 女:1,267(-2) 計:2,427 (+3)
世帯数 1,125 (+2)



和田公民館ホームページ QRコード
ホームページから最新の情報をご覧いただけます。

3月のおもな行事予定

日	曜日	行 事
3/10 まで	月 ～ 金	ひなまつり展示 期間中、平日の9:00～16:30まで1階和室で展示 しています。どうぞお越しください。
2	木	保健師の「出張！なんでも健康相談」 9:30～12:00
14	火	よな GO GO 体操 10:30～、20:00～
26	日	川さらえ

川さらえと一斉清掃のお知らせ

川さらえ

3月26日(日) 8:00～
雨天決行



一斉清掃

4月16日(日) 8:00～
雨天決行



ご協力よろしく申し上げます

【フレイル予防実践体験ツアー】に参加しませんか？

弓浜地域老人福祉センターでフレイル予防プログラムが実践体験
できる公民館発着の送迎付きツアーが行われます。まだ募集中で
すので、ふるってご参加ください。

■日時 3月27日(月) 午前10時00分～12時00分

■会場 弓浜地域老人福祉センター(米子市大篠津町 385-47)

■対象 65歳以上の方

■定員:20名*送迎は先着12名まで

■内容 フレイル度チェック・体力測定・ストレッチ・脳活性体操
フレイル予防体操(ネギトレ)・管理栄養士による栄養講座

■持ち物 上履き、水分補給用の飲み物、汗拭きタオル等

■参加費 無料

■申込締切 3月23日(木)

■申込・お問合せ 和田公民館(☎28-8396)

防犯カメラ設置のお知らせ

公民館玄関の左上に防犯カメラが設置
されました。

防災、防犯、施設管理を目的として、
防犯カメラを運用しております。

皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。



犬の登録と予防接種が行われます

日 時 4月18日(月) 午後3:15～3:30

場 所 和田公民館

登録手数料 3,000円

注射済票交付手数料 550円

狂犬病予防注射 2,750円



※すでに登録してある犬の登録手数料不要。登録証と案
内ハガキ(狂犬病予防注射済票交付申請書)を必ず
ご持参ください。

※生後91日以上を飼っている方は登録と年1回の
予防注射をすることが義務付けられています。

※必ず犬に首輪をつけ、犬の制御ができる方がつれてき
てください。注射する際には、飼い主に犬を押さえ
ていただきます。

和田小2年公民館探検

2月2日(木) 和田小学校
の2年生が公民館を訪れ

公民館の仕事について
各部屋を見学しながら
西井館長にインタビュー
をしました。

電話での見学依頼と日程
調整を自分たちで行い、社会勉強もばっちりこなして
いました。



眠っている『こいのぼり』は
ありませんか



毎年春になると和田町の大空を元気に泳ぐこいのぼり。
ご自宅で不要になったこいのぼりがありましたら寄付をお
願いします。お問い合わせは和田公民館まで。

和田地区青少年育成会

今年もたくさんのお雛様を展示してい
ますので、是非お出かけください♪
(3月10日まで)



和田小学校・和田保育
園・のぞみ保育園
子ども書道教室の作品
も展示してます♪



10年に一度の寒波の中で

1月25日、26日、5、6年生が一泊二日でスキー教室を実施しました。今年の6年生は、新型コロナウイルス感染症の影響で、3年生の時の3月の全国学校一斉臨時休業に始まり、様々な学校行事・校外学習を中止・縮小してきた学年です。特に、泊を伴うものは、ほぼありませんでした。そのため、6年生にはこのスキー教室を小学校の良い思い出にして欲しいと思っていました。しかし、年末に雪は降ったものの、それ以降、雪が降らず、日に日に少なくなっていく大山の積雪を心配していました。ところが、前日の24日から10年に一度の寒波が襲来し、平地でも前日から30センチを超える積雪となりました。

当日の朝、雪のため家からすぐに出られない児童も多く、1時間半遅れの出発となりました。大山は、前日から1メートルを超える積雪があったようですが、大山に向かう道路には雪はなく、大山の除雪体制には驚きました。しかし、駐車場の除雪は間に合っていなかったり、ホワイトリゾートで働いている職員の方が大山に登ってこられなかったり、寒波の影響は大きかったようです。ゲレンデへ向かう登りリフトが運行していないため、極寒の中、長い坂道を登り、宿泊先の「ぎんれい」へ向かいました。午前中は部屋で待機。昼食後、「ぎんれい」前の平らな場所を使って、スキーを履いて歩く練習。その後、誰も歩いていない道路を使って、滑る練習をしました。二日目の午前中も豪円山リフトの運行はなかったため、ゲレンデを使って、昨日の復習でした。早めの昼食をとると、なんとリフトが動きははじめました。児童がリフトを使って滑った回数は少なかったですが、大山の冬の自然を味わえたと思っています。



教えるつもりが・・・

1年生が地域の方から昔遊びを教わりました。この昔遊びは、地域の方と一緒に遊ぶ活動を通して、昔の遊びの楽しさや身近な人々の優しさ、自分ができるようになったことに気付くことを目的としています。地域の方が5名来校され、「だるま落とし」「けん玉」「お手玉」「竹とんぼ」「コマ」を教えていただきました。昔遊びを通して日本に残されてきた伝統的な遊びの良さを感じて、日本の伝統文化を大切に思ってくれたらと思います。幼稚園や保育園で、昔遊びを教わった児童も多く、上手にけん玉やコマを回していました。参加していただいた地域の方から、「今日は教えるつもりで参加したのに、一緒に遊んでもらった。」と笑っておられました。また、「地域には子供の数も少なく、こうした機会があると嬉しい」という感想を寄せいただきました。



新刊図書のご案内

- ★奥深き切り絵の世界 NHK テキスト
- ★目の見えない白鳥さんとアートを見に行く
 - 著：川内 有緒
- ★教誨 著：袖月 裕子
- ★荒地の家族 著：佐藤 厚志

芥川賞受賞作!

※貸出期間 2週間 お1人2冊まで



子育てサークル どれみふあくらぶ♪

- ※3月17日(金) 10:30～ 室内遊び(和田公民館)
- ※3月23日(木) 10:30～ 室内遊び(和田公民館)

お問い合わせは公民館(28-8396)まで

どれみふあくらぶ♪は就園前のお子様と保護者の方の子育てサークルです。おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎。大人も子どもと一緒に遊んでリフレッシュしましょう!



あなたのまちの保健師だより

こんにちは、保健師の林です。今回は地域の方とお話する中で私が感じていることをお話ししたいと思います。

“いつまでも健康でありたい”。それは皆さんに共通した願いだと思います。保健師として地域で健康相談を受ける中で、相談の答えは相談者さんの中に実は元々あって、私の役割はお話を聞くことでその答えを相談者さんの中から引き出し、見つけやすくし、その結果を後押しするお手伝いをする事だと日々感じています。相談の答えを見つけやすくするヒント、手掛かりになるのが“自分を大切にすること”。自分を大切に思い、自分がどうありたいか、自分が喜ぶことは何か、そのために今何をすべきなのかを考えることの先に“健康であること”があると考えています。お話を聞く中で、健康について考える前にもっとあなた自身のことを大切にして、よき理解者になってあげて欲しいと思うことがよくあります。

忙しくて自分自身のことを思う時間が取れなかったり、自分に自信がなくて自暴自棄になったり、周りの人・物・環境ばかりに集中しすぎて自分自身のことの後回しになったり、そんなときは健康を感じられなかったり、心も不安定になりがちですよね。そんな時だからこそ、一歩立ち止まって休息をとり、自分の思いに耳を傾け、対応してあげる必要があるのだと思います。

そうは言っても、自分を大切にすることは難しいと感じる方もいらっしゃると思います。優しい方ほど周りの人を優先したり、我慢するべきだと日ごろから思っていたり。そういったことが習慣になっているとそのことにさえ気づかない方もおられます。

今、あなたは自分を大切に思っていますか?一歩立ち止まって、自分自身と向き合う練習をしてみませんか?あなたの心の奥にしまい込んだ願いに一つずつ丁寧に応えていくことが、健康への近道になるのかもしれません。自分に優しくなれたら、あなたにとって大切な周りの人たちにもさらに優しくできるようになると思いますよ。難しいと感じる方は、良かったら健康相談の場と一緒に話しましょう。

